

Eliane Frech

# Schweizerische Gesellschaft für Individualpsychologie nach Alfred Adler (SGIPA)

## Darstellung der Institution

*Hintergrund, auf dem die Methode entwickelt worden ist.* Adlers Persönlichkeitstheorie sieht den Menschen als ein einheitliches, teleologisch ausgerichtetes schöpferisches Individuum, das in gesundem Zustand in einer positiven, konstruktiven ethischen Beziehung zu seinen Mitmenschen und der Welt steht. Die philosophischen Grundlagen sind auf Aristoteles und seine Sicht vom Menschen als „zoon politikon“ zurückzuführen. Der Begriff „Individualpsychologie“ soll den Gedanken der Einmaligkeit und Ganzheit verdeutlichen. Jeder Mensch hat, bewusst oder unbewusst, einen individuellen, in früher Kindheit geprägten Lebensplan, der sich in seinem Lebensstil niederschlägt. Die individualpsychologisch-therapeutische Methode hat zum Ziel, den Menschen mit diesem Lebensstil vertraut zu machen. Das Anliegen ist, beim Klienten durch das Verstehen dieser bewussten oder unbewussten Leitlinien Veränderungen hin zu psychischer Gesundheit zu ermöglichen. Mittel dazu sind die Analyse erinnelter früher Episoden aus dem eigenen Leben und aktueller Träume sowie das Bearbeiten alltäglicher Erlebnisse von heute.

## Die Gründerpersönlichkeit

Die Entwicklung von Theorie und Methode der Individualpsychologie muss vor dem Hintergrund ihrer frühen Verknüpfung mit der Psychoanalyse gesehen werden. Adler war von Freud zu den „Mittwochsgesellschaften“ eingeladen worden, nachdem er die Psychoanalyse vor der Wiener Ärztesgesellschaft vertei-

digte hatte. Adler hatte bis 1911 eine exponierte Stellung in der Wiener Psychoanalytischen Gesellschaft inne, er war Schriftleiter des Zentralblatts für Psychoanalyse. Die Ursprünge und Grundinteressen von Freud und Adler waren aber von Anfang an verschieden. Adler entstammte der Mittelschicht, seine Klientel kam aus den unteren Schichten. Er war Sozialist, mit einer kommunistischen Aktivistin verheiratet. Seine Diskussionsbeiträge und Arbeiten führten zu einer Polarisierung zwischen ihm und Freud. Hatte er 1904/1905 über pädagogische und psychoanalytische Anliegen publiziert (Der Arzt als Erzieher, Das sexuelle Problem in der Erziehung), postulierte er 1908 die Annahme eines Aggressionstriebes (Der Aggressionstrieb im Leben und in der Neurose, in: Heilen und Bilden), um 1908 dann zu objektbeziehungstheoretischen Aspekten der Psychologie des Kleinkindes zu veröffentlichen.

Fundamentale theoretische Differenzen zeigten sich, als Adler immer dezidiert vom Triebkonzept Freuds abwich und statt dessen einen sozialpsychologischen – heute würde man sagen systemischen – Ansatz vertrat, in dessen Mittelpunkt der Mensch als ein zur Welt und zur menschlichen Gemeinschaft strebendes Wesen steht, dessen Fühlen, Denken, Handeln unter holistischem Blickwinkel betrachtet wird. Das Konzept der Ganzheit, von Anfang an vertreten, fand er wieder im Holismus von J. Smuts (Evolution and Holisme, 1926).

Ein erster systematischer Entwurf über die Fähigkeit des Organismus, Mangelerscheinungen über das Zentralnervensystem zu kompensieren, erschien 1907: Über die Minderwertigkeit von Organen. Im Lauf seiner Zusam-

menarbeit mit Freud übertrug er dieses Konzept ins Psychologische; aus „Minderwertigkeit“ wurde das „Minderwertigkeits-Gefühl“, aus der anfänglich biologisch gefassten Lehre der Kompensation wurde die Theorie einer tiefenpsychologischen Selbstwert-Dynamik. Hier ergeben sich Parallelen zur heutigen Narzissmstheorie und zur Selbstpsychologie. 1912 stellte er seine Lehre in seinem ersten Hauptwerk vor (Über den nervösen Charakter, 1912).

Der Erste Weltkrieg bestärkte Adler in seiner sozialen Einstellung. Bereits 1898 war der sozialmedizinisch-präventive Ansatz in seinem „Gesundheitsbuch für das Schneidergewerbe“ deutlich geworden: Hier nahm er den Gedanken der Prävention auf, der später in seinen Aktivitäten im Wien der 20er Jahre zur Gründung von Erziehungsberatungsstellen und Konzepten führte, die im Grenzbereich zwischen Schule, Sozialpädagogik, Beratung und Psychotherapie angesiedelt waren. Als Folge dieser Aktivitäten verbreitete sich die Individualpsychologie international. Adlers Begegnung mit der amerikanischen Kultur ab 1929 führte zu einer zunehmend pragmatischen Orientierung auch im therapeutischen Vorgehen: Er wurde aktiver in seinen therapeutischen Interventionen, Frequenz und Dauer der Therapien verringerten sich, er behielt aber die tiefenpsychologische Sichtweise bei.

---

**Korrespondenz:** Schweizerische Gesellschaft für Individualpsychologie nach Alfred Adler (SGIPA), Alfred Adler Institut, Dubsstrasse 45, CH-8003 Zürich, Schweiz, Tel. 01 463 41 10, Fax 01 463 41 12 e-mail: aai@alfredadler.ch www.alfredadler.ch

Großen Einfluss auf die Entwicklung der Individualpsychologie hatte die Flucht vieler Exponenten nach den USA. Dort fand Adlers späte psychotherapeutische Arbeitsweise mit ihren aufdeckenden und kognitiv-therapeutischen Zügen dank der Aktivitäten von Rudolf Dreikurs weite Verbreitung. Viele Schüler von Dreikurs konnten auf universitärem Boden Fuß fassen und konzentrierten sich auf Kurz-Psychotherapie, Kinder-Psychotherapie, Familientherapie und Gruppen-Psychotherapie sowie auf Fragen von Pädagogik, Beratung und Prävention. Viele Anregungen wurden in Europa nach 1950 wieder aufgenommen und beeinflussten hier die Weiterentwicklung der Individualpsychologie. Seit den frühen achtziger Jahren gibt es aber auch, angeregt durch deutsche und österreichische Individualpsychologen, kritische Auseinandersetzungen mit der kognitiven Ausrichtung des späten Adler und seiner Nachfolger in den USA. Unter Hinweis auf Konvergenzen zwischen ursprünglichen Positionen und jüngeren Entwicklungen innerhalb der psychoanalytischen Narzissmus-, Selbst-, Objektbeziehungs- und Metapsychologie-Diskussion betonen besonders deutsche Individualpsychologen, dass die Praxis- und Theorietradition innerhalb der Psychoanalyse zu begreifen sei.

- Gründungsjahr der SGIPA (Schweizerische Gesellschaft für Individualpsychologie nach Alfred Adler): 1948 in Zürich
- Gründung des Alfred Adler-Instituts: 1977 in Zürich
- IVIP, Internationale Vereinigung für Individualpsychologie: Österreich, Kanada, Frankreich, Deutschland (1791 Mitglieder), Großbritannien, Griechenland, Italien, Israel, Japan, Luxemburg, Niederlande, Ungarn, USA (1032 Mitglieder)
- 22. Internationaler IVIP-Kongress: München, 6.–10. 8. 2002
- Mitglieder in der Schweiz: 360 Mitglieder, 236 ordentliche, 15 Studierende, 3 Ehrenmitglieder, 27 Fachmitglieder Therapie, 79 Fachmitglieder Beratung
- 39 diplomierte Therapeuten, 52 Personen mit abgeschlossener theoretischer Therapie-Ausbildung, noch nicht diplomiert
- Die SGIPA hat als Gründungsmitglied die Charta unterzeichnet

## Das Menschenbild

Aus den Kerngedanken der Einheitlichkeit des Individuums, das, begabt mit schöpferischer Kraft teleologisch ausgerichtet einen persönlichen Lebensplan (meist unbewusst) zu verwirklichen trachtet, baut Adler seine Methode auf. Konstituierendes Element ist der Lebensstil. Schon als Säugling beginnt der Mensch seine Wahrnehmungen gemäß seinen individuellen Anlagen und Bedürfnissen, im Kontakt mit seiner Umgebung, zu verarbeiten. Die schöpferische Kraft als dynamische Größe verdichtet die Wahrnehmungen und Folgerungen („Apperzeptionstendenzen“) zum Lebensstil, den Adler die „Grundmelodie des Individuums“ nennt. Lebensstil ist die Abstraktion von konkreten strukturellen und funktionalen Erfahrungen und daraus gebildeten Konstrukten, d. h. Meinungen und Zielen (bewusst und unbewusst), in denen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft aufgehoben sind. Es handelt sich nicht um eine Typologie, sondern um den Ausdruck einer individuellen Persönlichkeitsstruktur, die für jeden Menschen anders, individuell ist. Entgegen der frühen Auffassung wird heute der Lebensstil nicht mehr als nach den ersten sechs Lebensjahren starre und unwandelbare Größe angesehen. Der deutsche Individualpsychologe K. H. Witte spricht von der Einheit der Persönlichkeit als einer dreigliedrigen Struktur, nämlich Material (Bausteine), Kunstwerk und Künstler. Die Gestaltung der Persönlichkeitsstruktur wird mit der Arbeit an einem Kunstwerk verglichen; angestrebt ist ein Idealbild. Die lebenslange Arbeit am Kunstwerk wird bestimmt durch die Dynamik der Lebensbewegung, des Lebensstils, der mit den fortschreitenden Erfahrungen Modifikationen erfahren kann.

## Gesundheits- und Krankheitsverständnis

Zur Grundausstattung des Menschen gehört seine Fähigkeit zu sozialem Erleben und Handeln, sein Streben zur menschlichen Gemeinschaft. Als soziales Wesen entwickelt er sich in einem dauernden Prozess der Auseinandersetzung mit sich, den Mitmenschen und der Umwelt. Ausdruck seelischer Gesundheit ist die aktive Teilnahme am sozialen Geschehen, verstanden als „prinzipielle

Zugewandtheit, die als Kontakt, Nähe und Aufgeschlossenheit der Welt, dem Leben und den Menschen gegenüber zu verstehen ist“ (Antoch, 2000; Zeitschrift für Individualpsychologie 1, S. 6–18). Diese Gemeinschaftsgefühl genannte Haltung hat das Interesse der ganzen sozialen Gemeinschaft im Blick und entwickelt sich beim seelisch Gesunden aus der angeborenen Möglichkeit, die bewusst entfaltet werden kann.

Für die Individualpsychologie ist der Übergang von seelischer Gesundheit zu Krankheit ein gradueller; das Symptom ist Ausdruck des Lebensstils. Psychisch krank/leidend ist ein Mensch, wenn er Vermeidungsverhalten, Rückzugsbereitschaft, Verweigerung und Anzeichen von Vereinzelung zeigt, solche Symptome deuten auf seelischen Stillstand und sind Ausdruck einer Fiktion, die aus Gründen des Selbstwerts aufrecht erhalten werden muss.

## Therapieverständnis

IndividualpsychologInnen setzen auch heute voraus, dass Neurosen eine dynamische Ähnlichkeit aufweisen. Wesentlich ist, jeden individuellen Fall in seiner Einmaligkeit zu erfassen und die vielschichtige, lebensstiltypische Art und Weise zu verstehen, in der ein Mensch sich und die Welt apperzipiert, d. h. erlebt und wahrnimmt. Es geht um das Verstehen von bewussten und unbewussten Aktivitäten in ihrer Genese, aktuellen Bedeutung und komplexen wechselseitigen Verknüpfung. Erste Hypothesen zum Lebensstil und zur Situation des Klienten werden im Lauf der Therapie zusammen mit dem Klienten erarbeitet und im Verlauf immer wieder überprüft. Großes Gewicht kommt dabei der Beziehung zwischen Klient und Therapeutin zu: In einer von Vertrauen getragenen, annehmenden Atmosphäre eröffnet sich dem Klienten eher die Möglichkeit, das Privatlogische seiner Sicht und seines Lebensstils zu erkennen und neue Formen der Verbindung zu sich und der Welt auszubilden, die zu einer Linderung oder Beseitigung von Krankheitssymptomen und Leidenszuständen führen. Das Kennenlernen des Lebensstils und das Erleben der partnerschaftlichen Arbeit an der gemeinsamen Aufgabe der Behandlung kann das Gemeinschaftsgefühl des Klienten, seine Zugewandtheit zur Welt und den Menschen stärken.